

## Простуды и их гомеопатическое лечение

**П**ростудные заболевания – бич медицинской профессии. Пока они обращают в прах все попытки врачей справиться с ними. Сами медики шутят, что насморк вылечивают за неделю, а если не лечить, он сам пройдет за семь дней.

Простудами я называю все заболевания от легкого насморка до более-менее серьезных с температурой и общим недомоганием. Обычно рекомендуют изоляцию больных при первых же симптомах, постельный режим на пару дней, легкую диету. Само по себе это уже неплохо, так как препятствует распространению инфекции. Но по сути это способ оставить всё на волю природы и умыть руки. Общепринятый путь лечения – медикаментозная терапия, но увы, она не лишена побочных эффектов.

Первая линия обороны – вести здоровый образ жизни всеми доступными средствами. Необходимы ежедневные умеренные физические упражнения на свежем воздухе, а отнюдь не штурмовщина раз в неделю. Нужно бывать на воздухе как можно чаще, одеваясь по возможности легче. Но не создавайте проблем близким, держа все окна открытыми в холодную или туманную погоду: постепенное замерзание в неподвижном положении на холоде или сквозняке может привести к невралгиям, простудам и даже пневмонии. Для проветривания достаточно открывать окно на минутку-две каждые полчаса. В разгар эпидемий избегайте людных, плохо вентилируемых помещений, кинотеатров, дискотек. Ешьте и пейте умеренно, не перекармливайте мучного и мясного. Ежедневно потребляйте как можно больше ощелачивающей пищи – свежих фруктов по сезону, сырых овощных салатов, свежих овощных и фруктовых соков. Мучная и сдобная пища (плюшки, булочки,

печенье), мясные консервы, сосиски и колбасы закисляют кровь, делая ее прекрасной почвой для многих болезней. Не забывайте про лук и чеснок – известные народные средства профилактики и лечения простуд. Из лука делают гомеопатический препарат под названием *Allium cepa*, о котором будет сказано дальше.

Следующая линия обороны – гомеопрофилактика. Поддерживайте контакт с гомеопатом, который, назначая конституциональные препараты в течение всего года, поднимает сопротивляемость организма как простудам, так и вообще инфекциям.

Последняя линия обороны – гомеопатическое лечение уже случившейся простуды.

Специфического лекарства тут нет. Выбор зависит от многих факторов, и каждое лекарство будет вылечивать свой вид простуды. Эффективное в прошлый раз, оно может оказаться бесполезным в следующий.

Какое же лекарство дать? На что опереться в его назначении? Прежде всего учитываем воздействие окружающей среды на организм – погоду, стоявшую в день, когда вы подхватили простуду, условия работы, отдыха и т. д.

|                                         |                                                          |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Простуда или насморк после сквозняка:   | <i>acon, calc, ferr, hep, merc.</i>                      |
| Попал на сквозняк разгоряченным:        | <i>acon, carb-v, sil.</i>                                |
| Попал на сквозняк, вспотев:             | <i>bry.</i>                                              |
| Попал под дождь:                        | <i>ars, bell, calc, dulc, ferr, nat-s, rhus-t.</i>       |
| Спал в сырой комнате или сырой постели: | <i>ars, calc, carb-v, nat-s, rhus-t.</i>                 |
| Был на море:                            | <i>nat-c, nat-m.</i>                                     |
| Стоял в воде:                           | <i>rhus-t.</i>                                           |
| Промок:                                 | <i>acon, bell, bry, calc, nat-s, rhus-t.</i>             |
| Промочил ноги:                          | <i>merc, nat-c, nat-m, phos, puls, rhus-t, sep, sil.</i> |
| Промок, сначала перегревшись:           | <i>acon, calc, rhus-t.</i>                               |

|                                                                     |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Упал в холодную воду или принял холодный душ, будучи разгоряченным: | <i>bell-p.</i>                                                                                                                                     |
| Работал с землей или в воде:                                        | <i>calc, rhus-t.</i>                                                                                                                               |
| Был на холодном сыром ветру:                                        | <i>all-c.</i>                                                                                                                                      |
| В жаркую погоду или летом:                                          | <i>bapt, bell, bry.</i>                                                                                                                            |
| Простуда весной:                                                    | <i>ars, carb-v, gels, lach, psor, sep, sulph.</i>                                                                                                  |
| Простуда осенью:                                                    | <i>ars, bapt, bry, nat-m, nux-v, rhus-t, sep.</i>                                                                                                  |
| Осенью и весной:                                                    | <i>ars, lach, psor, sep.</i>                                                                                                                       |
| Простуда от тревоги:                                                | острая стадия – <i>acon</i> (развивается внезапно, в тот же день), <i>ars, gels</i> (в теплую погоду), <i>tub</i> при рецидивирующих простудах.    |
| После возбуждения:                                                  | <i>calc, gels, ign.</i>                                                                                                                            |
| От испуга:                                                          | <i>acon, ars, bry, gels, ign, lyc, merc, nux-v, op, puls, sil.</i>                                                                                 |
| От горя:                                                            | <i>gels, ign.</i>                                                                                                                                  |
| От досады, недовольства:                                            | <i>acon, ars, bry, gels, merc, nux-v, rhus-t.</i>                                                                                                  |
| От пребывания на сухом холоде, на холодном ветру:                   | <i>acon</i> (начало в тот же день), <i>asar</i> (у худошавых невротиков), <i>caust, hep, kali-c, nux-v</i> (все – на 2–3-й день после пребывания). |
| В снежную погоду:                                                   | <i>puls, rhus-t.</i>                                                                                                                               |
| В облачную погоду:                                                  | <i>bry, cham, chin, dulc, rhus-t, sulph.</i>                                                                                                       |
| В сырую холодную погоду:                                            | <i>ars, calc, dulc, rhus-t, sulph.</i>                                                                                                             |

Эмоции ослабляют конституцию и сопротивляемость простудам. Считается, что простудой заражаются от других. Но от кого заразился самый первый больной? И как тогда объяснить, что не-

которые люди всегда заболевают, а их соседи – нет? Неизвестный фактор X, разумеется, сам индивидуум и его состояние здоровья.

Итак, установив связь данного типа простуды с определенной погодой, вам нужно решить, какое из нескольких лекарств самое подходящее. Некоторым при первых симптомах всегда нужен **Aconitum**, но вообще в нашем климате *Aconitum* – редкое простудное лекарство. *Аконитная* простуда возникает после холодного сухого ветра, начинается вечером, пациент беспокоен, тревожен, полон страхов, лицо очень красное, мечется в мучениях, кожа сухая, ни капли пота. Страх чаще всего смерти, сознание ясное, без малейших признаков делирия. Если эти симптомы присутствуют, *Aconitum* за несколько часов вылечит такую простуду.

Гораздо чаще на ранних стадиях простуд в нашем климате назначают **Arsenicum album**. *Arsenicum* простужается постоянно, страдает от сквозняков, хуже в холодную сырую погоду, чихает от любой перемены погоды, простуда начинается с носа, спускается в горло, затем в бронхи. Сухой щекочущий кашель, жажда теплой воды, пьет маленькими глотками, получая облегчение. Беспокоен, резко ослаблен.

**Baptisia** – острое, быстро действующее лекарство. Пациент заболевает внезапно, резко ослаблен, заторможен, беспокоен, ворочается, просыпается в тревоге, вздрагивает со сна. При делирии полагает, что раздвоился, разделился на несколько частей. Интоксикация более сильная, чем у *Gelsemium*, с которым нужно дифференцировать *Bapt.* Помните, что беспокойство у *Bapt.* отличается от беспокойства *Ars.*: у *Bapt.* меньше страха и больше делирия.

Простуда **Belladonna** наступает после стрижки и мытья головы, пребывания на холодном ветру, у крепких детей и энергичных полнокровных взрослых. Заболевание начинается очень остро, стремительно развивается и так же быстро уходит. Сопровождается сильнейшим жаром, яркой гиперемией лица и зева, сильным жаром и пульсацией. В отличие от *Acon.*, у *Bell.* страха смерти нет, зато есть буйный делирий с боязнью воображаемых вещей.

Некоторые любят чередовать *Acon.* и *Bell.*, но в этом никогда нет нужды, так как лекарства совершенно непохожи.

**Bryonia** часто показана в нашем сыром климате, когда простуда возникает после любой перемены погоды и развивается постепенно, за несколько дней, пациент чувствует себя всё хуже и хуже. Мы видим явное различие со стремительным развитием простуды

## Глава 10

### *Lachesis в женских заболеваниях*

Одна весьма пожилая леди как-то рассказывала мне о Мэтью Дункане, который много лет назад был ее доктором. В свое время он был очень известен как гинеколог, который одним из первых, если не первым, стал удалять яичники при самых разнообразных женских болезнях. Операция эта была очень популярна в 1880–90-е годы; в наши дни интерес к ней подостыл. Сейчас проводятся более дерзкие и замечательные операции на сердце, легких, мозге – апофеоз мастерства, невообразимого полвека назад.

Не могу отделаться от мысли, что с ростом мастерства хирургов терапевты слишком быстро готовы сдаваться и передавать своих больных хирургам. Очень жаль! Гомеопат, к огромному личному удовольствию, может вылечить без операции. И уж если он рекомендует операцию, можете быть уверены: она абсолютно необходима.

Многие хирурги напоминают мне юных натуралистов, которые, бросив семена в землю, не намерены ждать, пока те взойдут. Они то и дело раскапывают землю, чтобы посмотреть, что же там происходит. Я абсолютно уверена, что многие молодые женщины не нуждаются в операциях, которые, как им объясняют, восстановят их здоровье. Они могли бы избежать многих ненужных страданий, обратившись к гомеопатическому лечению.

Позвольте рассказать вам одну историю о том, как удалось предотвратить операцию.

Пациентку, юную особу, я знала многие годы. С детства она была худенькой, страдала жестокими запорами. Боли в животе из-за запоров часто доводили ее до дурноты. Месячные представляли собой периоды острейших мучений. Это были резчайшие многочасовые колики, во время которых она каталась по полу, завывая и моля о помощи, пока наконец в полнейшем изнеможении не падала в обморок.

Она была худая и плоская, как доска, ни единой характерной женской округлости – типичный пример овариальной дисфункции и слабого физического развития.

В конце концов она обратилась к хирургу, который диагностировал кисту яичника и удалил ее. Облегчения страданий не было, болевые приступы даже усилились, ничто не облегчало боли, кроме больших доз слабительного. Тот же самый врач сказал, что причиной является смещение матки, и посоветовал ношение пессария для ее поддержки. Она носила его несколько месяцев, но без толку. Тогда была предложена еще одна операция, на сей раз гистеропексия, то есть фиксация выпадающей, загнутой кзади матки. Нет, вы только подумайте, речь о юной незамужней девушке, разменявшей всего третий десяток лет! У меня сердце кровью обливалось, когда я выслушивала, через какие страдания ей пришлось пройти. Под конец нашей беседы мать девушки спросила, может ли гомеопатия как-то предотвратить грозящую операцию и избавить дочь от мучительных болей, терзавших ее каждый месяц.

Я объяснила, что гомеопатия всегда была верным другом женщин, и смогла пообещать выздоровление.

При осмотре я выявила ретроверсию и увеличение матки, а также пролапс болезненного левого яичника. Рецидива овариальной кисты пока не было.

Как я уже сказала, пациентка отличалась крайней худобой, весила менее 44 кг, поэтому я посоветовала ей набрать вес. Предписала выпивать по 0,5–1 л молока или сливок в день, съедать побольше масла и яиц, сырых овощей и фруктов, употреблять лишь черный хлеб, полностью исключив белый. Во избежание запоров были рекомендованы овсяная каша и отруби.

Что же касается предменструальных и менструальных болей, то здесь наступил черед гомеопатии. При расспросе я выяснила, что месячные были чрезмерны, с обилием сгустков и мучительными болями. Запах был очень резким и неприятным, но как только сгустки отходили и выделения устанавливались, острые боли, длившиеся по 4–5 дней до начала месячных, совершенно исчезали и пациентка испытывала огромное облегчение. Она не переносила жару и едва могла существовать в летнее время. Перед месячными беспокоили сильные головные боли. Но стоило месячным начаться, боли проходили.

Я распознала лекарство, едва пациентка начала перечислять свои жалобы: левосторонние боли, темные сгустки, облегчение всех страданий при свободных менструальных выделениях, ярко выраженная

непереносимость жары – всё говорило о *Lachesis*. Ей был прописан *Lachesis* 30.

Эту девушку я не видела шесть месяцев, но получала частые отчеты. Мать ее сообщала о всестороннем улучшении. Диета быстро устранила запоры и позволила отказаться от слабительных. Прежде приходилось литрами глотать жидкий парафин и различные его эмульсии. Сейчас кишечник работал легко, безо всяких усилий и болей, и пациентка была весьма довольна этим обстоятельством. Огромное облегчение она получала от настоя отрубей, сдобренного тростниковым сахаром и лимонным соком.

Что до месячных, она почти не верила, что так может быть. Теперь они проходили легко и безболезненно, сгустков стало меньше, цвет стал нормальным. Раньше обильные месячные издавали крайне неприятный запах. Она очень этого стыдилась, было неудобно перед теми, кто находился с нею в одной комнате. Всё неудобство исчезло, и пациентка была за это даже более благодарна, чем за купирование болей. Когда я приняла ее вновь, через шесть месяцев после первого визита, она набрала 6 кг веса, а ретроверсия матки, пролапс и боли левого яичника исчезли.

Она и дальше принимала *Lachesis* 30 в течение нескольких месяцев. Затем стала приходить за ним или присылать кого-то всякий раз при малейшем рецидиве болей и дискомфорта. Улучшение было и в соматической, и в психической сфере. Начали расти и развиваться молочные железы. Любопытно, что прежде у нее не получалось привлечь молодых людей, как она ни старалась, и вдруг молодые люди сами начали проявлять интерес, приглашать на танцы, и вскоре за ней увивались три-четыре ухажера. Она ощутила себя более счастливой, более полезной дома, и вместо вечных жалоб и требования сочувствия, внимания и участия стала помогать матери по дому.

Она по-прежнему налегала на фрукты, отруби, черный хлеб и овощи, на молоко и сыр. И в результате превратилась в привлекательную молодую особу, наполненную радостью жизни. Она получала *Lachesis* 30, затем *Lachesis* M и 10M. Я стала видеть ее реже и каждый раз отмечала дальнейшее улучшение в общесоматическом аспекте.

Многие годы ее не беспокоят ни боли, ни запоры, а разговоры об операции остались в далеком прошлом. Рецидива овариальной кисты не было, хотя хирург предупреждал мать, что оставил небольшую кисту, чтобы не удалять весь яичник; он заявил, что скорее всего киста начнет расти и доставит в будущем массу неприятностей. Первая операция, насколько я помню, была проведена более десяти

лет назад, но в результате гомеопатического лечения женщину перестали беспокоить и боли, и проблемы с циклом. Ну разве это не повод дать зеленый свет гомеопатии и тем самым предотвращать многие операции?

*Lachesis* – лекарство, полученное из яда южноамериканской змеи, и должно даваться единичными дозами через длительные промежутки времени и не ниже чем в 30-й потенции. Это не единственное средство от дисменореи и овариальных кист. Может понадобиться и другое, выбранное по совокупности симптомов каждой конкретной пациентки.

Дисменорея – страшный бич юных девушек, но ее легко можно вылечить. Нет никакой нужды в выскабливании матки, в уколах морфина и прочих анальгетиках, которые нужно будет принимать во всё возрастающих дозах. Многие доктора в наши дни рекомендуют гормонотерапию, которая не всегда эффективна. Нет, тщательно подобранное, подобнейшее лекарство гораздо лучше облегчает женские страдания и избавляет от удаления важных органов.